



**University of
Zurich**^{UZH}

**Zurich Open Repository and
Archive**

University of Zurich
University Library
Strickhofstrasse 39
CH-8057 Zurich
www.zora.uzh.ch

Year: 2017

**Sprechen Sie Ihre übergewichtigen Patienten kurz auf ihr Übergewicht an –
es wirkt!**

Zechmann, Stefan

DOI: <https://doi.org/10.1024/1661-8157/a002619>

Posted at the Zurich Open Repository and Archive, University of Zurich

ZORA URL: <https://doi.org/10.5167/uzh-137926>

Journal Article

Accepted Version

Originally published at:

Zechmann, Stefan (2017). Sprechen Sie Ihre übergewichtigen Patienten kurz auf ihr Übergewicht an – es wirkt! *Praxis*, 106(5):269-270.

DOI: <https://doi.org/10.1024/1661-8157/a002619>

Sprecht eure übergewichtigen Patienten KURZ auf ihr Übergewicht an – Diese Intervention wird gut akzeptiert und ist effektiv

Frage:

Ist eine kurze, opportunistische, verhaltensorientierte Intervention durch den Hausarzt für die angesprochenen Patienten akzeptabel und führt diese Intervention zu einer Gewichtsabnahme?

Hintergrund:

Internationale Leitlinien empfehlen Ärzten nach übergewichtigen Patienten zu screenen und diese zur Gewichtsabnahme zu motivieren. Die von Ärzten am häufigsten genannten Barrieren, diese Leitlinien umzusetzen, sind: fehlende Zeit, fehlendes Wissen, der Glaube, dass diese Intervention ineffektiv ist und die Angst die angesprochenen Patienten möglicherweise zu kränken. Bisher gibt es keine randomisierten Studien welche den Effekt ärztlicher Empfehlungen auf den Gewichtsverlust ihrer übergewichtigen Patienten untersuchten. Zusätzlich sollte im Rahmen dieser Studie die Akzeptanz der angesprochenen Patienten untersucht werden.

Einschlusskriterien:

- Patienten über 18 Jahren mit einem BMI $>30\text{kg/m}^2$ (oder BMI $>25\text{kg/m}^2$ bei Asiaten) sowie erhöhtem Körperfettanteil.

Ausschlusskriterien:

- Schwangerschaft, Patienten nach bariatrischer Chirurgie, Patienten die in den letzten 3 Monaten an einem Gewichtsabnahmeprogramm teilgenommen hatten und Patienten die ihren Hausarzt konsultierten um gezielt über ihr Gewicht zu sprechen, wurden ausgeschlossen.

Studiendesign und Methode:

Parallele, zweiarmige randomisierte Studie in der Hausarztmedizin

Studienort:

137 Hausärzte in England

Interventionen:

In beiden Gruppen wurde durch den Hausarzt jeweils eine 30-Sekunden dauernde, verbale Intervention durchgeführt.

- Interventionsgruppe: Angebot einer Zuweisung zu einem 12-wöchigen Gewichtsabnahmeprogramm von 1h pro Woche. Wenn das Angebot angenommen wurde erfolgte direkt im Rahmen dieser Konsultation eine konkrete Terminvereinbarung für das Programm und es wurde eine Follow-up Konsultation beim Hausarzt vereinbart.
- Kontrollgruppe: Der Patient wurde auf die positiven gesundheitlichen Effekte einer Gewichtsabnahme hingewiesen, ohne dass konkrete Massnahmen besprochen wurden.

Outcome:

Primärer Outcome

- Gewichtsveränderung nach 12 Monaten

Sekundäre Outcomes

- Anteil der Patienten welche eine 5% bzw. 10% Gewichtsabnahme nach 12 Monaten erreichten.
- Berechnung der Kosten pro Kilogramm Gewichtsabnahme.

Resultat:

- Zwischen Juni 2013 und Dezember 2014 wurden 1882 Patienten eingeschlossen, von denen 1419 das Follow-Up nach 12 Monaten durchführten. Das Durchschnittsalter war 56 Jahre, der Frauenanteil war 57.2%. Das Durchschnittsgewicht der Männer war 104.6kg, das der Frauen 92.5kg, entsprechend einem Durchschnitts-BMI von 34.9kg/m².
- Nach 12 Monaten war der Gewichtsverlust in der Interventionsgruppe 2.43kg (SD 6.49), während die Patienten in der Kontrollgruppe durchschnittlich 1.04kg (SD 5.50) abnahmen. Adjustierte Differenz von 1.43kg (95% CI 0.89-1.97).
- Nach 12 Monaten erreichten 238 (25%) aller Interventionsgruppenpatienten eine Gewichtsabnahme von 5% und 117 (10%) aller Interventionsgruppenpatienten eine Gewichtsabnahme von 10% ihres initialen Körpergewichts. In der Kontrollgruppe erreichten 131 (14%) eine 5% und 53 (6%) eine 10% Gewichtsabnahme.
- Bzgl. der Angemessenheit und Nützlichkeit der Interventionen zeigte sich aus Patientensicht zwischen den beiden Gruppen keine signifikante Differenz. Insgesamt beurteilten nur 4 Patienten (<1% aller teilnehmenden Patienten, unabhängig davon in welche Gruppe sie randomisiert wurden) die bei ihnen durchgeführte Intervention als unangemessen bzw. nicht hilfreich, während 1530 Patienten (81% aller Patienten) die Intervention als angemessen und hilfreich beurteilten.
- Die Kosten pro Kilogramm Gewichtsabnahme wurden in der Interventionsgruppe mit 16 Pound, etwa 21 CHF berechnet. (Umrechnung Stand Dezember 2016; Berechnet wurden 30 Sekunden Arzt-Zeit, 2 min MPA-Zeit und Kosten für das Gewichtsabnahmeprogramm)

Kommentar:

- Auch wenn der durchschnittliche Gewichtsverlust von 1.04 bzw. 2.43kg nach 12 Monaten nicht besonders gross ist, so ist der Erfolg bezogen auf die Dauer der Intervention (30 Sekunden) doch beeindruckend. Welche Folgen hätte es, wenn der Hausarzt einmal jährlich seine übergewichtigen Patienten gezielt auf ihr Gewicht anspricht? (5 – 10kg in 4 Jahren)? Laut dieser Studie würde es den Arzt ca. 2.5h pro Jahr zusätzlich an Zeit kosten, wenn er alle übergewichtigen Patienten anspricht.
- Die hohe Akzeptanz unter den angesprochenen Patienten sollte helfen bisherige Hemmung auf Ärzteseite zu reduzieren, und Mut machen auch andere «delikate» Themen wie Rauchen etc. anzusprechen.

Literatur:

Aveyrad P. et al.: Screening and brief intervention for obesity in primary care: a parallel, two-arm, randomised trial. Lancet. 2016 Nov 19;388 (10059):2492-2500

Verfasser:

Stefan Zechmann